Veja mais receitas em
www.pescanova.pt

Delícias em Forma de Lagosta com Toranja

Dificuldade	Tempo	Nº de pessoas
Média	Entre 15-30 min	2 Pessoas

Ingredientes

- 2 Delícias em Forma de Lagosta Pescanova
- 1 toranja
- 30 g de açúcar
- folhas de hortelã
- 8 rodelas de queijo chèvre
- mistura de alfaces e agriões
- 10 g de manteiga
- 1 dl dl vinagre de cidra

Valores nutricionais por dose

Energia	Hidratos de Carbono	Proteínas	Lípidos
424 Kcal	**35,4** g	**21,5** g	**20,8** g

Preparação

1. Corte a toranja em gomos, retirando a pele branca.
2. Numa frigideira, derreta a manteiga e frite os gomos de toranja polvilhados com açúcar.
3. Grelhe rodelas de queijo.
4. Faça uma cama de alfaces e agriões. Sobre ela disponha o queijo, a toranja e as delícias.
5. À calda que ficou na frigideira junte o vinagre e regue a salada. Se preferir, aqueça o vinagre.
6. Aromatize com hortelã.

Produtos Associados

Delícias do Mar ZERO% Açúcar

250 g

Muslitos do Mar Sem Glúten

1 kg

Delícias do Mar Sem Glúten

250 g

Muslitos do Mar

250 g

Lombinhos do Mar

250 g

Delícias com Forma de Lagosta

255 g